Fábio R. Romão

DEEPtrainning

Decifrando o Cérebro dos Mestres

Desvende técnicas, domine instrumentos e toque o que desejar.

e-book

DEEPtrainning

Decifrando o Cérebro dos Mestres

Fábio R. Romão

e-book

DEEPtrainning

Decifrando o Cérebro dos Mestres

Fábio R. Romão

Pindamonhangaba, julho de 2019

Desvende técnicas, domine
instrumentos e toque o
que desejar.

DEEPmethod

DEDICATÓRIA

Dedico esta obra a todo estudante de música, esteja na condição de aluno ou de professor, que com humildade compreende o valor do conhecimento e sabe que não há escala de importância naquilo que se pode aprender. Pelo contrário, percebe o valor de cada informação, por menor que possa parecer, e busca incorporá-la em seu *know how*, convicto de que em alguma instância ou em algum momento aquela informação, ainda que pequena, poderá fazer uma grande diferença. Estes são os que realmente aprendem, os que verdadeiramente evoluem, os que genuinamente fazem jus à sua própria inteligência. Esta obra é dedicada a vocês, os que tirarão dela os melhores proveitos.

AGRADECIMENTO

Primeiramente, agradeço a Deus por que olha para mim, olha por mim, e acerca daquilo que busco, Ele sempre traz luz ao meu entendimento. Em segundo lugar, agradeço mais uma vez a Deus por que a todo o tempo vale-se de pessoas à minha volta para me auxiliar, socorrer-me nos momentos de necessidade e, acima de tudo, capacita-as com a paciência na medida certa.

Em terceiro lugar, agradeço a essas pessoas que se permitiram e se permitem ouvir a voz de Deus e então estenderam e estendem suas mãos para mim. Não há nada no mundo que possa pagar essas atitudes de amor verdadeiro. Gostaria muito de citar nomes, mas temo pela infeliz injustiça de esquecer alguém, afinal, já se vão 40 anos. Mas aqui estão minha família, pai, mães [sim, tenho duas – na terra mesmo], irmão, minha esposa, meus amigos e meus mestres. Vocês, cada um de vocês, sabem quem são.

Do fundo do meu coração, os meus mais sinceros agradecimentos a todos vocês que fizeram, fazem e continuarão fazendo a diferença em minha vida.

APRESENTAÇÃO

Este trabalho constitui-se na espinha dorsal de algo que pretende ser muito mais amplo e abrangente: a Metodologia DEEP. Baseada em um conceito minimalista, do prisma teórico, somada a um conceito fracionário, do prisma prático, esta metodologia defende que o aluno de música deve ser orientado a produzir o máximo de musicalidade valendo-se de pequenos fragmentos sonoros e técnicos [daí o conceito fracionário] e respaldado pela menor quantidade possível de teoria [daí o conceito minimalista]. Partindo destas premissas, a Metodologia DEEP pressupõe que o aluno aperfeiçoará naturalmente a sua técnica e a sua musicalidade na medida em que o seu acervo de pequenas informações for se ampliando e se somando.

DEEPtrainning propõe trazer à tona os fundamentos primordiais no processo de aprendizado de instrumentos musicais, configurando-se na obra central para a qual todo e qualquer método músico instrumental, baseado na Metodologia DEEP, deve convergir. Os fundamentos aqui apresentados sintetizam com eficiência, profundidade e amplitude todos os processos cognitivos e motores diretamente envolvidos no aprendizado e na execução de instrumentos musicais, garantindo, portanto, que todo e qualquer método ancorado na Metodologia DEEP encontre esteio nos fundamentos de DEEPtrainning.

Há de se pontuar, entretanto, que esta obra não se restringe à função de pivô metodológico, ou seja, unicamente como as diretrizes de base para composição de métodos. Em outras palavras, não pense em DEEPtrainning como um guia, para poucos, cujo objetivo é direcionar

mestres e professores na elaboração de métodos didáticos [embora ele também possa cumprir com maestria esse papel].

Muito mais amplo e acessível, DEEPtrainning poderá, e deverá, ser objeto de estudo de músicos dos mais variados níveis, partindo dos níveis mais básicos e fundamentais. Compreender e incorporar aos estudos os fundamentos desta obra significa colocar corpo e mente trabalhando segundo a sua própria natureza, condição esta que garantirá a qualquer pessoa aprender qualquer instrumento ou técnica instrumental em uma janela de tempo muito menor do que se poderia prever.

Seja você um professor, seja você um aluno, ainda que iniciante, esteja você envolvido com quaisquer instrumentos musicais e sejam quais forem suas motivações e pretensões no universo da música, DEEPtrainning mudará profundamente a sua maneira de compreender os processos envolvidos nas execuções instrumentais, levando sua mente a um mergulho profundo na descoberta de poderosos conhecimentos capazes de transformar da água para o vinho o seu desenvolvimento ou aprendizado técnico instrumental.

PREFÁCIO

Quer aprender de verdade a tocar um instrumento musical com maestria e destreza? Seja bem-vindo, você chegou ao lugar certo. E se um dia você acreditou não ter talento para música, DEEPtrainning mudará profundamente a sua forma de pensar.

Meu nome é Fábio Rodrigues Romão, sou músico, professor, compositor e atualmente um autêntico apreciador de instrumentos musicais. Atualmente! Por longos anos amarguei uma evolução instrumental quase inexistente e que se arrastava de um degrau a outro. Julgava-me incapacitado para evoluir como instrumentista e minha tese pessoal buscava dar conta de que minhas habilidades inatas não correspondiam ao mínimo necessário para me tornar um bom instrumentista. Voltei-me, assim, à chamada teoria musical, onde conseguia desempenhar bem e evoluir com propriedade. Confiante, dedicava-me a aplicar os conhecimentos na composição musical, alcançando resultados excelentes. Compor e ensinar sempre foram meus pontos fortes; tocar instrumentos... Bem, alguma coisa mudou!

Depois de idas e vindas no universo profissional, por anos tentando outras carreiras das quais contraí colônias de frustrações, retorno para a

música no final de 2018. Num belo dia, assistindo despretensiosamente a uma videoaula de guitarra no Youtube, ouvi uma frase que poderia ter sido só mais uma em um vídeo com mais de vinte minutos. Não foi! Aquela frase ecoou nas regiões mais profundas da minha mente e removeu um bloqueio que fez descer em cima de mim uma avalanche de informações, todas ao mesmo tempo, produzindo uma reviravolta na minha maneira de perceber a execução instrumental. Eu tinha o segredo guardado em minha mente. Todas as informações sempre estiveram lá, mas eu pouco sabia disso e tampouco as acessava. Muito menos ainda as utilizava. Até que aquela frase mudou tudo.

Tão logo comecei a me encontrar com estes conhecimentos e a discerni-los, pus-me a testá-los e o que me alcançou, também, foi um imensurável sentimento de surpresa: eu havia descoberto a razão da minha ineficiência técnica. Mais do que isso: eu parecia ter encontrado a fórmula do sucesso, o mapa da mina, o caminho das pedras.

Um tanto perdido a princípio, sem saber direito o que fazer com tudo aquilo, inclinei-me a pesquisar e a testar. Uma vez convicto do poder daquele conhecimento, comecei a organizar e a compilar as informações de uma forma didática, afinal, eu considerei um dia colocar tudo isso em suas mãos.

Os capítulos pelos quais você andará lhe apresentarão um total de doze fundamentos organizados progressivamente ao longo de quatro conhecimentos, compondo um compilado de poderosas informações acerca, principalmente, dos segredos por trás da mecanicidade dos movimentos corporais, do sistema neuromotor, da percepção humana e dos circuitos cerebrais ligados à execução instrumental.

Fundamento a fundamento, a você será revelado o que acontece na percepção e na mente dos mais brilhantes instrumentistas. Ainda mais motivador e incrível é que você compreenderá que tudo o que acontece no cérebro dos mestres mais incríveis acontece exatamente igual em seu cérebro também, então tudo, absolutamente tudo, é alcançável. Com grande precisão, você conhecerá quais são os passos necessários para se alcançar o nível dos grandes mestres e dominar tecnicamente

um instrumento musical. A cada fundamento, a cada abordagem, você perceberá claramente que possui todos os recursos humanos para se tornar um exímio instrumentista. Ficará claro que aquela historinha de "dom para a música" nunca passou de um mito, além da tal herança genética, ainda que ausente, em nada comprometerá a sua evolução técnica em um instrumento musical.

Tudo o que você precisa está aí, dentro de você. Os gênios da música não nasceram com recursos a mais, sequer você com recursos a menos. Esses caras apenas sabem, de uma forma ou de outra, o que e como fazer. Só é preciso dar os passos certos, na medida e direção certas e então tudo acontece. E acontece muito mais rápido do que você pode imaginar.

A missão deste trabalho é colocar você no caminho mais adequado no tocante à execução de instrumentos musicais, revelando-lhe os segredos mais profundamente guardados e disponibilizando todos os conhecimentos necessários e primordiais para que você alcance o máximo sucesso como instrumentista, seja profissionalmente ou não. Prepare-se para descobrir e aprender a como produzir uma eficaz arquitetura cerebral a fim de tirar o máximo proveito de seus recursos internos. A partir deste trabalho, se bem compreendido, aceito e assimilado, sua vida como instrumentista deverá dar um imensurável salto de qualidade. Enfim... Mãos à obra!

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO 12

PRIMEIRO CONHECIMENTO [1º Capítulo]

FUNDAMENTO 1 : Os Três Caminhos do Aprendizado 17
FUNDAMENTO 2 : Desvendando o Caminho Certo 22
FUNDAMENTO 3 : Construindo Sólidos Pilares de Memória 28

SEGUNDO CONHECIMENTO [2º Capítulo]

FUNDAMENTO 4 : Corrigindo a Principal Falha no Mapa Mental 34
FUNDAMENTO 5 : Os Dois Atributos Essenciais 39
FUNDAMENTO 6 : A Chave do Desenvolvimento Técnico 43

TERCEIRO CONHECIMENTO [3º Capítulo]

FUNDAMENTO 7 : Uma Importante Arquitetura Cerebral 52
FUNDAMENTO 8 : Definindo Programas 57
FUNDAMENTO 9 : Mapeando e Instalando Programas 62

QUARTO CONHECIMENTO [4º Capítulo]

FUNDAMENTO 10 : PNL e a Clonagem de Técnicas 70
FUNDAMENTO 11 : Clonando Mecanicidades Motoras 74
FUNDAMENTO 12 : Fragmentação e Treinamento Remoto .. 78

INTRODUÇÃO

Pronto para iniciarmos nossa jornada? Você sabia que aviões não decolam sem um plano de voo? Se isso acontecesse, seguramente tripulação e passageiros, com muita sorte [na verdade por um milagre] aterrissariam em algum aeroporto que certamente não deveria ser o destino. Sem o milagre, voariam a esmo e provavelmente cairiam por falta de combustível. Aviões decolam, voam e alcançam o seu destino porque a tripulação está norteada por um plano de voo, e isso é o que faz toda a diferença.

Quando nos propomos a caminhar por entre um campo de conhecimento a fim de alcançarmos resultados, precisamos igualmente de um "plano de voo", ou do contrário amargaremos um grande tempo perdido. Com sorte, colheremos algumas poucas, quiçá boas, ideias. Apenas ideias, porém. Consciente disso, busque ir traçando o seu próprio plano na medida em que for avançando nos conhecimentos e nos fundamentos de DEEPtrainning, para que você possa decolar, voar e alcançar o seu destino com sucesso.

A primeira coisa a se saber é que este não é um material de leitura, mas de estudo. Isso significa dizer que além dele, tenha consigo papel e caneta para fazer anotações. Quanto mais você anotar, rabiscar, desenhar, mais você aprenderá. Uma boa pedida é estar com o seu instrumento musical ao lado, assim poderá experimentar abordagens práticas que serão apresentadas. Bom, então esse livro não pode ser lido correntemente de ponta a ponta? Sim, com certeza pode. Neste caso, entretanto, após finalizar a leitura considere retornar ao início para começar a estudá-lo.

A segunda coisa a se saber, não menos importante, é que serão apresentados fundamentos teóricos e fundamentos práticos. No âmbito teórico, cabe a compreensão dos conceitos, cabe refletir acerca de cada

questão, cabe assimilar intelectualmente o conhecimento apresentado. No âmbito prático, diferentemente, é preciso colocar a mão na massa. Por mais que você conheça uma receita de bolo de cor e salteado, o bolo jamais sairá do forno se você não tomar a decisão de executar a receita. Perceba, portanto, que este material não é o gênio da lâmpada: você precisará colocar em prática tudo o que for de ordem prática, ou do contrário continuará *"tudo como dantes no quartel de Abrantes".*

Pegando o gancho nesta última questão, é de fundamental importância que você vá estabelecendo uma estratégia confortável e inteligente para organizar seus estudos. Como existem muitas realidades diferentes, desde instrumentos musicais até a rotina individual de cada um, tornou-se inviável contemplar aqui programas específicos de estudo, de maneira que é você quem deverá defini-los segundo o seu próprio instrumento e sua própria rotina diária. Lembre-se que sem estratégias bem definidas, seus estudos ficarão soltos e sem um norte, condição perfeita para levar o aluno a desistir dos estudos. Na medida em que for assimilando o conhecimento de DEEPtrainning, vá idealizando e definindo seus programas de estudo. E então os pratique regularmente!

Neste processo, duas coisas muito importantes a serem evitadas são: [1] não avance quando perceber que, por alguma razão, você esbarrou em dificuldades, seja na compreensão de algum conceito ou na realização de alguma prática. Considere primeiro vencer o obstáculo e só depois siga a diante. Uma das piores coisas em um processo de estudo é permitir que dúvidas e dificuldades se acumulem. Isto é contraproducente e desanimador. [2] Jamais prejulgue qualquer conhecimento ou informação sem antes experimentá-lo e assimilá-lo. Lidar com algo novo pode produzir fortes incômodos, uma vez que o estímulo para se pensar fora da caixa tende a flertar com a nossa zona de conforto. Dome seus instintos!

Por fim, saiba que nada, absolutamente nada pode substituir a presença física de um professor, por mais autodidata que talvez você seja ou por melhor que um material didático possa parecer. Sendo

assim, deixo explícito e com todas as letras: DEEPtrainning será muito mais eficiente se você estiver sendo ensinado por um professor. Se você já tem o seu mestre, considere apresentar a ele este trabalho. Poderá ser a combinação perfeita, quem sabe? Afinal, este é um material capaz de abrir a sua mente de forma surpreendente, revelando segredos profundos e conectando você à essência de seus próprios recursos internos, condição esta que levará o seu progresso a altos níveis, removendo barreiras, derrubando dificuldades. E todo esse efeito, provavelmente, alcançará e influenciará também o seu professor.

Se você compreendeu os pontos acima, é hora de avançar e daqui em diante passo o controle em suas mãos. Vá com calma, dê um passo de cada vez, atente-se ao conhecimento apresentado e cuide dele com muito carinho. Não poupe esforços, não economize dedicação e lembre-se que os resultados não são proporcionais apenas à quantidade de energia colocada em um processo, mas resultado também das estratégias envolvidas nele. Estratégia, guarde esta palavra mágica e faça bom uso dela.

Seja muito bem-vindo(a) ao DEEPtrainning, use e abuse desse manancial de informações e os resultados aparecerão muito mais rápido do que você imagina. Então vá em frente, o primeiro conhecimento está te esperando.

PRIMEIRO CONHECIMENTO

1° CAPÍTULO

Primeiro Conhecimento

FUNDAMENTO 1

Os Três Caminhos do Aprendizado

Adquira agora mesmo o seu exemplar e inicie um mergulho profundo neste valioso conhecimento.

Os chamados gênios da música não nasceram com algo a mais, sequer você com algo a menos. Aqueles caras apenas sabem, conscientemente ou não, o que e como fazer para alcançar o nível que alcançaram. É preciso dar os passos certos, na medida e na direção certa e então tudo acontece. E acontece muito mais rápido do que você pode imaginar.

"Torna-se claro que aquela historinha de *dom para a música* nunca passou de um mito."

Lembre-se sempre: tudo o que você precisa está aí, dentro de você. A missão deste trabalho é colocar você no caminho mais adequado no tocante à execução de instrumentos musicais, revelando-lhe os segredos mais profundamente guardados e disponibilizando todos os conhecimentos necessários e primordiais para que você alcance o máximo sucesso como instrumentista, seja profissionalmente ou não. Mantenha o foco a fim de produzir uma eficaz arquitetura cerebral para tirar o máximo proveito de seus recursos internos. A partir daqui, se este trabalho foi bem compreendido, aceito e assimilado, sua vida como instrumentista dará um imensurável salto de qualidade. O mapa está entregue em suas mãos. Use e abuse desse manancial de informações: **os resultados virão!**